

မိုးနဖိဆံးဖိတဖန် အိပ်ကတံကတီအသးလံါ.

ဖိသန် တၢ်ကွၢ်ထွဲ ဒီး ဖိသန်အိန်ဖျၢန်ထီၣ်သီ တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲ (Child Care and Early Childhood Programs) တၢ်ဆဲးကသံၣ်တၢ်ဒိသဒါ တၢ်ဘျၢသဲးစး

တၢ်လိာ်ဘၣ်လၢ ဖိသန်တဖန် ကဒီးန့ၣ်ဘၣ်တၢ်ဆဲး ကသံၣ်တၢ်ဒိသဒါ တချးအဝဲသ့ၣ် ဟဲဆဲးလီၤမံၤလၢ ဖိသန် တၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲ ဒီး ဖိသန်ဒိန်ထီၣ်သီ တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲတဖန်လၢ အအိန်လၢ Minnesota အပူၤ မ့တမ့ၢ် တၢ်ကဘၣ်ဆၢထီၣ်တၢ်ဟ့ၣ်တၢ်ပျဲပျဲဖျဲးန့ၣ်လီၤ. တၢ်လိာ်ဘၣ်တခါအံၤ ကဘၣ်တၢ်စူးကါ လူၤတၢ်မၤထွဲအီၤလၢ ဖိသန် တၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲ တၢ်လီၤလၢ အအိန်ဒီးလဲၣ်သ့ၣ်တဖန်, ဟံၣ်ဖိသိဖိ ဖိသန်တၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲ, ဖိသန်တၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲလၢ တၢ်ဟ့ၣ်ပျဲပျဲဖျဲး လၢတလိာ်လဲၣ်စ့ၣ်လၢ အိန်ဒီး တၢ်အုၣ်ကီၤ ဒီး ဖိသန်ဒိန်ထီၣ်သီ တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲ. ဒ်အကမ့ၢ် ကတီၤဆိကီၢ်, တၢ်ကတံကတီၤလၢ တၢ်ကထီၣ်ကွၢ်အီၤ, ကတီၤဆိကီၢ် မ့ၢ်သးမၤကလီ, ဒီး ဖိသန်အိန်ဖျၢန်ထီၣ်သီ တၢ်ကုၣ်ဘၣ်ကုၣ်သ့ လီၤဆိတဖန်န့ၣ်လီၤ. ဃုကွၢ်ဘၣ် နဖိအသးနံၣ် ကရူၢ်လၢ အအိန်လၢ လံာ်တီၤဖျါ လၢလံာ်အံၤဒီး မ့ၢ်အဝဲသ့ၣ် လိာ်ဘၣ်တၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒိသဒါ တကလုာ်စ့ၣ်စ့ၣ် ပျဲပျဲဖျဲး လၢအဝဲသ့ၣ်အသးနံၣ် အဂီၢ်လဲၣ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒိသဒါလၢ တၢ်လိာ်ဘၣ်ဝဲသ့ၣ်တဖန်	3-4 လါ	5-6 လါ	7-15 လါ	16-23 လါ	24 လါ တုၤ ကတီၤဆိ
သျှန်ညိးတၢ်ဆါ B (Hep B)	2 ဖျၢန်	2 ဖျၢန်	3 ဖျၢန်	3 ဖျၢန်	3 ဖျၢန်
ကိာ်ယုာ်ဘိညိးတၢ်ဆါ, ခၢ်အုၣ်တၢ်တၢ်ဆါ, ဒီး တၢ်ကူးသီၣ်ဝံဝံ (DTaP)	1 ဖျၢန်	2 ဖျၢန်	3 ဖျၢန်	3 ဖျၢန်	4 ဖျၢန်
ပိာ်လံာ်အိန် (IPV)	1 ဖျၢန်	2 ဖျၢန်	2 ဖျၢန်	2 ဖျၢန်	3 ဖျၢန်
ပသိာ်တၢ်ခုၣ်ဘၣ် (PCV)	1 ဖျၢန်	2 ဖျၢန်	3 ဖျၢန်	3 ဖျၢန်	
ပသိာ်တၢ်ခုၣ်ဘၣ် ဒီး ဒိန်န့ၣ်သလီၤညိးတၢ်ဆါ (Haemophilus influenzae) အကလုာ် b (Hib)	1 ဖျၢန်	1 ဖျၢန်	1 ဖျၢန်	1 ဖျၢန်	1 ဖျၢန်
သမူးဖိတၢ်ဆါ, ဒုၣ်ဘိးတၢ်ဆါ, သမူးဖးဒိန်တၢ်ဆါ (MMR)				1 ဖျၢန်	1 ဖျၢန်
တၢ်ထီၣ်ထါတၢ်ဆါ (တၢ်ဆါလၢဂံထံ)				1 ဖျၢန်	1 ဖျၢန်
သျှန်ညိးတၢ်ဆါ A (Hep A)					1 ဖျၢန်

တၢ်မၤနီၣ်- ကသံၣ်ဆဲးအဖျၢန်တဖန် ကလီၤဆိဝဲ ဖဲနဖိဆဲးကသံၣ် အတၢ်ဆၢကတီၢ် မ့ၢ်စဲၤခဲၤအပီၤလီၤ. နဖိမ့ၢ်စဲၤခဲၤလၢ တၢ်ဆဲး အဝဲသ့ၣ် အကသံၣ်ဒိသဒါ သ့ၣ် တဖန်အံၤ ဘၣ်ဆၢ တၢ်ဆၢကတီၢ် တစဲၤခဲၤတလၢ လၢ တၢ်ကဆဲးအီၤဘၣ်, ဒီး တဲသကိးတၢ်ဒီး ပုၤကွၢ်ထွဲ အဝဲသ့ၣ် အတၢ်အိန်ဆူၣ်အိန်ဆူၣ်တက့ၢ်.

တၢ်ဟ့ၣ်ကုၣ်ဟ့ၣ်ဖးအီၤ ဘၣ်ဆၢ တလိာ်ဘၣ်ဝဲလၢ ဖိသန်တၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲလီၤ မ့တမ့ၢ် ဖိသန်ဒိန်ထီၣ်သီ တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲတဖန် အဂီၢ်ဘၣ်

တိးကွၢ်တၢ်ဆါ, COVID-19, တၢ်ဆူးတၢ်ဆါလၢအဘၣ်ထွဲဒီး တၢ်ကသါအကျိၤ (RSV), ရိာ်တၢ်ဘဲးရၢး(စ) (rotavirus) ဒီး ကသံၣ်ဒိသဒါ အဂၤတဖန်န့ၣ် တၢ်ဟ့ၣ်ကုၣ်ဟ့ၣ်ဖးလၢ တၢ်ကဆဲးန့ၣ် ဖိသန် ဒ်သိး တၢ်ကမၤလီၤတီၢ်လၢ တၢ်ဒိသဒါ အဝဲသ့ၣ် ပျဲပျဲန့ၣ်လီၤ. တဲသကိးတၢ်ဒီး ပုၤကွၢ်ထွဲ နတၢ်အိန်ဆူၣ် အိန်ဆူၣ်ဘၣ်ဃး လၢမ့ၢ် နဖိကၢၣ် ဒီးန့ၣ်ဘၣ်တၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒိသဒါသ့ၣ်တဖန်အံၤ အဂီၢ် အခါဖဲလဲၣ်န့ၣ် တက့ၢ်. လၢကမၤန့ၢ်အါထီၣ် တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအဂီၢ် လဲၤကွၢ်ဘၣ်ဖဲ [CDC- တၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒိသဒါ တၢ်ဆၢကတီၢ်တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲလၢ နဒီးနဟံၣ်ဖိသိဖိအဂီၢ် \(www.cdc.gov/actearly/imz-schedules/index.html\)](http://www.cdc.gov/actearly/imz-schedules/index.html).

တၢ်ဟ့ၣ်ကုၣ်လၢ မိၢ်ပၢဒီးပုၤကွၢ်ထွဲတၢ်တဖန်အဂီၢ်

- မၤလီၤတၢ်လၢ နဖိဒီးန့ၣ်ဘၣ်တၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒိသဒါလၢ အလိာ်ဘၣ်ဝဲတဖန် ခဲလၢ တချး အဝဲလဲၤဝဲဆူ တၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲ ဖိသန်လီၤ/ ဖိသန်ဒိန် ထီၣ်သီ တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲ မ့တမ့ၢ် ဆၢထီၣ်ဘၣ် တၢ်ဟ့ၣ်တၢ်ပျဲပျဲဖျဲးန့ၣ်တက့ၢ်.
- ဆၢထီၣ်ဘၣ် နဖိ တၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒိသဒါ တၢ်မၤနီၣ်မၤယါ လံာ်ကွၢ်ဒိဆူ အဝဲသ့ၣ် တၢ်အံးထွဲကွၢ်ထွဲဖိသန်လီၤ, ဖိသန်ဒိန်ထီၣ်သီ တၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲ မ့ တမ့ၢ် ကိန်န့ၣ်တက့ၢ်. နဒီးန့ၣ်ဘၣ် တၢ်မၤနီၣ်မၤယါ လံာ်ကွၢ်ဒိသ့ၣ်တဖန်အံၤ သ့ဝဲ တၢ်ဟ့ၣ်ကသံၣ်ဒိသဒါ မ့တမ့ၢ် ဃုကွၢ်ဘၣ်တၢ်မၤနီၣ်မၤယါတဖန် ဖဲ ဃု ကွၢ် ယတၢ်ဆဲးကသံၣ်ဒိသဒါ တၢ်မၤနီၣ်မၤယါတဖန် (Find My Immunization Record) (www.health.state.mn.us/people/immunize/miic/records.html).
- နဖိမ့ၢ်လိာ်ဘၣ်ဝဲ တၢ်ပျဲပျဲဖျဲးအီၤ ဒီဖျိကသံၣ်ကသီတၢ်ဂၢ် အပီၤ ဝံသးစ့ၤ မၤပျဲဘၣ် လံာ်လၢအချၢတကပၤ မ့တမ့ၢ် နမ့ၢ်ဃုထၢ လၢတၢ်ပျဲပျဲဖျဲးလၢ တမ့ၢ်န ကသံၣ်ကသီ တၢ်ဂ့ၢ် အပီၤ တၢ်ပျဲပျဲဖျဲးအီၤ ဒီဖျိ နနီၢ်ကစၢ်တၢ်နအပီၤန့ၣ်လီၤ.



ကသံၣ်ဒိသဒါတဖန်လၢ ဖိသန်အိန်ဖျၢန်ထီၣ်သီ, ဖိသန်ဒီး ပုၤလိာ်ဘိတဖန်အဂီၢ် (www.health.state.mn.us/people/immunize/basics/kids.html)



ဖိသင်္ဂုတ် အမံ (မံဒီနီထံး, မံလီၤစၢၤ) -

ဖိသင်္ဂုတ် အိၣ်ဖျါနံၤသီ -

တၢ်ပျဲပျဲပျဲး ခိဖျါကသံၣ်ကသီ ဒီး တမ့ၢ်ကသံၣ်ကသီအယိ တဖၣ်

တၢ်န့ၣ်ကျဲၤ တၢ်ကနီၣ်မၤနီၣ်မၤယါ တၢ်ပျဲပျဲပျဲး ခိဖျါ ကသံၣ်ကသီ မ့တမ့ၢ် တမ့ၢ်ကသံၣ်ကသီအယိ ဒီး တၢ်ဆါလၢၣ်ထံ အတၢ်စံၣ်စီ (တၢ်ထီၣ်ထါ တၢ်ဆါ)

- လူၤပိၣ်မၤထံ အပတီၢ် 1 ဒီး 2 လၢလၢာ်အံၤ ဒ်သိး တၢ်ကမၤနီၣ်မၤယါ ကသံၣ်ကသီ တၢ်ပျဲပျဲပျဲး, တမ့ၢ် ကသံၣ်ကသီ တၢ်ပျဲပျဲပျဲး မ့တမ့ၢ် တၢ်ဆါလၢၣ်ထံ အတၢ်စံၣ်စီတက့ၢ်.
- ကွဲးနီၣ်လီၤ X လၢတၢ်လၢၣ်န့ၣ်အဒါဖိပူၤ ဒ်သိး နကဒးန့ၣ်ဝဲ မ့ၢ်ဝဲ ကသံၣ်ကသီ တၢ်ပျဲပျဲပျဲး မ့တမ့ၢ် တမ့ၢ်ကသံၣ်ကသီ တၢ်ပျဲပျဲပျဲးတၢ် အဂီၢ်တက့ၢ်. နမ့ၢ် ပျဲပျဲပျဲး နဖိ လၢတၢ်ဆါကသံၣ်ဒိသဒါ အါန့ၣ်တဖျါအယိ, မၤနီၣ်မၤယါတၢ် ကသံၣ်ဒိသဒါတဖျါလၢလၢာ်လၢ နပျဲပျဲပျဲးလၢ လံာ်ကီၣ်ဒိအါအပူၤခိဖျါ တၢ်မၤနီၣ်လီၤ X တက့ၢ်.
 - မၤန့ၢ် တၢ်ဆါလၢၣ်ထံ တၢ်ပျဲပျဲပျဲးအဂီၢ် မ့တမ့ၢ် တၢ်ဆါလၢၣ်ထံ အတၢ်စံၣ်စီတဖျါအဂီၢ်တက့ၢ်.

တၢ်ဆါကသံၣ်ဒိသဒါလၢ တၢ်လိာ်ဘၣ်ဝဲ သ့ၣ်တဖၣ်	ကသံၣ်ကသီ	တမ့ၢ် ကသံၣ်ကသီ
သ့ၣ်ညိးတၢ်ဆါ B (Hep B)		
ကီၢ်ယုာ်ဘိညိးတၢ်ဆါ, ခၢ်အုၣ်တၢ်တၢ်ဆါ, ဒီး တၢ်ကူးသီၣ်ဝံဝံ (DTaP)		
ပိၣ်လံာ်အိၣ် (IPV)		
ပသိၣ်တၢ်ခၢ်ဘၣ် ဒီး ခိၣ်န့ၣ်သလီၤညိးတၢ်ဆါ (Haemophilus influenzae) အကလၢာ် b (Hib)		
သမ့းဖိတၢ်ဆါ, ဒုၣ်ဘိးတၢ်ဆါ, သမ့းဖိဒိၣ်တၢ်ဆါ (MMR)		
တၢ်ထီၣ်ထါတၢ်ဆါ (တၢ်ဆါလၢၣ်ထံ)		
သ့ၣ်ညိးတၢ်ဆါ A (Hep A)		

ကသံၣ်ကသီ တၢ်ပျဲပျဲပျဲး: ပုၤဟ့ၣ်ကသံၣ်ကသီ တၢ်ကွၢ်ထံ ကဘၣ်ဖးကွၢ်ဒီး ဆဲးလီၤမံၤလၢ ကသံၣ်ကသီ တၢ်ပျဲပျဲပျဲးအပူၤန့ၣ်လီၤ. ပုၤဟ့ၣ်ဆူၣ်ချဲၤ တၢ်ကွၢ်ထံန့ၣ် ပုၤဟ့ၣ်ဝဲဒီး ကသံၣ်သရၣ် လၢအအိၣ်ဒီး လဲၤစ့ၣ်, ကသံၣ်သရၣ် သရၣ်မ့ၢ် လၢအကွၢ်ထံပုၤဆါ, မ့တမ့ၢ် ပုၤမၤစၢၤ ကသံၣ်သရၣ် တဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

ခိဖျါ တၢ်ဆါလၢၣ်ထံလၢအယိ, ယဟ်ဂၢၢ်ဟ်ကျဲၤလၢ ဖိသင်္ဂုတ်တဂၤအံၤ တက့ၢ်ဒီးန့ၣ်ဘၣ်ဝဲ ကသံၣ်ဒိသဒါလၢ တၢ်မၤနီၣ်ယာ်ဝဲလၢ X တဖၣ် လၢအအိၣ်ဖိစရိအံၤအပူၤ ခိဖျါ ကသံၣ်ကသီတၢ်ဂီၢ် (ကသံၣ်အတၢ်တီၢ်တဖၣ် အယိ) မ့တမ့ၢ် ခိဖျါလၢ တၢ်မၤကွၢ်တၢ်ဆါလီၤ ဟ်ဂၢၢ်ဟ်ကျဲၤဝဲလၢ အဝဲသ့ၣ် အိၣ်ဒီး နီၣ်ခိၣ်တီၢ်တဖၣ် တၢ်ဒိသဒါလဲၤန့ၣ်လီၤ.

ဆဲးလီၤမံၤ - _____
(ကသံၣ်သရၣ် လၢအကွၢ်ထံ တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချဲ)

နံၤသီ - _____

တမ့ၢ် ကသံၣ်ကသီတၢ်ပျဲပျဲပျဲး: မိၢ်ပၢ်ပုၤကွၢ်ထံတၢ် ကဘၣ်ဆဲးလီၤအမံၤ ခိဖျါ တမ့ၢ် ကသံၣ်ကသီတၢ်ပျဲပျဲပျဲးဒီး လံာ်ကီၣ်ဒိအံၤ တၢ်ကဘၣ်ဆဲး လီၤမံၤ ဒီး တၢ်ကဘၣ် တီၢ်လီၤ တၢ်စဲပနီၣ်အါလၢ ပီၤရီၤဟ့ၣ်ကီၤ လံာ်အုၣ်သးန့ၣ်လီၤ. တၢ်တလိာ်ဘၣ်ဝဲ ဖိသင်္ဂုတ် ကဘၣ်ဆဲးဝဲ ကသံၣ်တၢ်ဒိသဒါလၢ အထီၣ်ဒိဝဲ အဝဲသ့ၣ် မိၢ်ပၢ် မ့တမ့ၢ် ပုၤကွၢ်ထံဖိသင်္ဂုတ် အတၢ်စံၣ်စီတၢ်န့ၣ် တဖၣ် အယိန့ၣ်လီၤ. တၢ်ယုာ်ထၢလၢ တၢ်တဆါကသံၣ်ဒိသဒါန့ၣ် ကဒးအိၣ်ထီၣ်ဝဲ ဆူၣ်ချဲ တၢ်ဘၣ်ယာ်ဘၣ်ဘိၤလၢ နဖိ မ့တမ့ၢ် ပုၤလၢအအိၣ်လၢ အခိၣ်အယၢၤတဖၣ် အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. ဖိသင်္ဂုတ်လၢ အတၢ်ဆါကသံၣ်ဒိသဒါတဖၣ် မ့ၢ်မၤနီၣ်ဝဲ တၢ်ဆါတၢ်လၢ တၢ်ဒိသဒါ တီၢ်ပုၤဝဲသ့အယိ တၢ်က လိာ်ဘၣ်လၢ အဝဲသ့ၣ် ကအိၣ်လၢဟံၣ် လၢအတဘၣ် ဟံထီၣ်ကွၢ် ဒီး အိၣ်ယံၤဒီး တၢ်မၤသကိးတၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအဂၤတဖၣ် တုၤလၢ 21 သီ ဒ်သိးကဒိသဒါအဝဲသ့ၣ်ဒီး ပုၤအဂၤတဖၣ်အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

ခိဖျါယဆဲးလီၤမံၤအယိဗယဟ်ဂၢၢ်ဟ်ကျဲၤလၢ ဖိသင်္ဂုတ်အံၤ တဒီးန့ၣ်ဘၣ် တၢ်ဆါကသံၣ်ဒိသဒါလၢ တၢ်ဟ်ပနီၣ်ဝဲဒီး X လၢအအိၣ်လၢ စရိအပူၤခိဖျါ ယဟ်ဂၢၢ်ဟ်ကျဲၤန့ၣ်ဒီး ယန့ၣ်ပၢ်လၢ ဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ် တၢ်ကလိာ်ဘၣ်လၢ အဝဲသ့ၣ် အတလဲၤထီၣ်ကွၢ် ဒီးအိၣ်ယံၤဒီးတၢ်မၤ တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤအဂၤတဖၣ် တုၤလၢ 21 သီ ဖဲအဝဲသ့ၣ် မ့ၢ်ဒီးန့ၣ်ဘၣ်ဝဲ တၢ်ဆါတဖၣ်လၢ ကသံၣ်ဒိသဒါ တီၢ်ပုၤအိၣ်သ့အယိန့ၣ်လီၤ.

ဆဲးလီၤမံၤ - _____ နံၤသီ - _____
(မိၢ်ပၢ်ပုၤကွၢ်ထံဖိသင်္ဂုတ်)

တၢ်ပျဲပျဲပျဲးလၢ တမ့ၢ်ကသံၣ်ကသီဂီၢ်တဖၣ်န့ၣ် တၢ်ကဘၣ်ဆဲးလီၤမံၤဒီး တီၢ်လီၤတၢ်စဲပနီၣ်လၢ ပီၤရီၤဟ့ၣ်ကီၤလံာ်အုၣ်သးန့ၣ်လီၤ-

ပီၤရီၤဟ့ၣ်ကီၤလံာ်အုၣ်သး တီၢ်လီၤတၢ်စဲပနီၣ်

လံာ်တီၢ်လီၤမိတခါအံၤ ဘၣ်တၢ်သ့ၣ်ညါ ဟ်ပနီၣ်အိၣ်လၢ ယမဲာ်ညါ ဖဲ _____ (မုၢ်နံၤ),
လၢ _____ (မိၢ်ပၢ် မ့တမ့ၢ် ပုၤကွၢ်ထံတၢ် အမံၤ)
ပီၤရီၤဟ့ၣ်ကီၤလံာ်အုၣ်သး ဆဲးလီၤမံၤ- _____



_____ ကီၢ်စံၣ်,
_____ ခိထံၣ်

တၢ်ဆါလၢၣ်ထံ (တၢ်ထီၣ်ထါ) တၢ်ဆါအတၢ်စံၣ်စီ - လၢအပူၤကွၢ်န့ၣ် နဖိမ့ၢ်ဒီးန့ၣ်ဘၣ်လဲၤ တၢ်ဆါလၢၣ်ထံလဲၤ အယိ, အဝဲသ့ၣ် တလိာ်ဘၣ်ဝဲလၢ ကမၤန့ၢ်ဘၣ်ဝဲ တၢ်ထီၣ်ထါတၢ်ဆါ ကသံၣ်ဒိသဒါဘၣ်န့ၣ်လီၤ. ပုၤဟ့ၣ်ဆူၣ်ချဲၤ တၢ်ကွၢ်ထံ ကဘၣ်ဆဲးလီၤမံၤလၢ လံာ်ကီၣ်ဒိအံၤ အပူၤ ဖဲတၢ်ဆါအါ မ့ၢ်ကထီၣ်တၢ်ဝဲလဲၤ လဲၤစ့ၣ်ပထဘၣ် အလီၤခိ အယိ န့ၣ်လီၤ. 1, 2010 အလီၤခိန့ၣ်လီၤ. ဖိသင်္ဂုတ် မ့ၢ်ဒီးန့ၣ်ဘၣ်ဝဲ တၢ်ဆါလၢၣ်ထံ တချးစးပတုၤဘၣ်, 1, 2010 န့ၣ်, မိၢ်ပၢ် မ့တမ့ၢ် ပုၤကွၢ်ထံတၢ် ဆဲးလီၤမံၤလၢ လံာ်ကီၣ်ဒိအံၤ သ့ၣ်န့ၣ်လီၤ. ယတၢ်ဆါလၢၣ်ထံလၢလၢအံၤ အခိၣ်ပညိမ့ၢ်ဝဲ ယဟ်ဂၢၢ်ဟ်ကျဲၤလၢ ဖိသင်္ဂုတ်အံၤ တလိာ်ဘၣ်ဝဲ တၢ်ထီၣ်ထါတၢ်ဆါ ကသံၣ်ဒိသဒါ မ့ၢ်လၢ အဝဲသ့ၣ်ဒီးန့ၣ်ဘၣ်တုၤလဲၤ တၢ်ဆါလၢၣ်ထံလၢလၢ ဒီး နံၣ် _____ အပူၤလဲၤန့ၣ်လီၤ
ဆဲးလီၤမံၤ - _____ နံၤသီ - _____
(ကသံၣ်သရၣ် လၢအကွၢ်ထံပုၤဆါ, ကမ့ၢ်တၢ်ဟ့ၣ် ကသံၣ်ဒါး ခါၣ်စး, မ့တမ့ၢ် မိၢ်ပၢ်ပုၤကွၢ်ထံတၢ်)